



## Verband alleinerziehender Mütter und Väter Landesverband Niedersachsen e.V.

Wenn es zuhause zu viel wird –  
Lösungsorientierte Erziehungs- und Familienberatung  
in schwierigen Zeiten  
(kostenfrei und vertraulich)

### Ein Unterstützungs-/Beratungsangebot für Alleinerziehende



#### Für wen?

Dieses Angebot richtet sich an Alleinerziehende, die sich zurzeit überfordert, allein und belastet fühlen und merken, dass sich dies auch auf die Erziehung ihrer Kinder auswirkt. Alleinerziehende Mütter und Väter finden durch die Beratung eine andere Vorgehensweise, mit ihrer Überforderung und Hilflosigkeit während dieser belastenden Zeit umzugehen.

#### Warum?

Alleinerziehende Mütter und Väter sind in ihrem Alltag besonderen Herausforderungen ausgesetzt. Aufgrund der Belastungen durch die Corona-Krise - mit eventuellem Arbeitsplatzverlust, existenziellen Nöten, Organisation von Homeschooling und Homeoffice, fehlenden Kontakten, fehlender Unterstützung - sind die Herausforderungen stark angestiegen. Mütter und Väter fühlen sich häufig überfordert.

Dies kann unter Umständen in psychischer oder physischer Gewalt den Kindern gegenüber enden. Speziell Alleinerziehende können sich Erziehungs- und Alltagsaufgaben häufig nicht mit einem weiteren Elternteil teilen und somit auch keine notwendige Entlastung erfahren.



#### Wie und wer?

Die Beratung ist vertraulich und erfolgt in der Regel telefonisch, virtuell per Videokonferenz oder per E-Mail.

Nach der Kontaktaufnahme wird zeitnah ein Beratungstermin vereinbart.

#### Ansprechpartnerin

##### **Daniela Hirt**

Verband alleinerziehender Mütter und Väter  
Landesverband Niedersachsen e.V.

u.a.

- Systemische Familientherapeutin (SG)
- Traumapädagogin/ traumazentrierte Fachberaterin (DeGPT/BAG-TP)
- Fachkraft für Täterarbeit Häusliche Gewalt BAG TäHG (FTHG)

**Kontakt:** [Daniela.hirt@vamv-niedersachsen.de](mailto:Daniela.hirt@vamv-niedersachsen.de)

**Telefonnummer:** 0441/9848430



Gefördert durch die Stiftung  
Alltagsheld:innen